Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад «Пушинка» п. Армань» (МБДОУ «Д/с «Пушинка» п. Армань»)

Учитель-логопед Аксёнова Татьяна Николаевна

П. Армань, МО Ольский городской округ, Магаданская область

Статья **«Использование здоровьесберегающих технологий в логопедическом пункте детского сада»**

Здоровьесберегающие технологии – это технологии направленные на решение задачи сохранения, поддержания и обогащения здоровья детей. В процессе коррекционной работы логопеда возрастает социальная и педагогическая значимость сохранения здоровья детей. Поэтому одна из задач логопедической работы – создание здоровьесберегающей среды. В данной статье предлагаю познакомиться с теми технологиями, которые я использую в своей практике с детьми 4-8 лет с разными нарушениями речи (ОНР, ФФНР, ЛГНР, дислалия и д.т.).

**Технология развития дыхательной гимнастики.** Что такое речевое дыхание – это дыхание в процессе речи. Когда мы говорим, мы продолжаем дышать. Но речевое дыхание отличается от физиологического. Последовательность физиологического дыхания - вдох – выдох (равные по времени). В речевом дыхании вдох и выдох не равны, выдох гораздо длиннее вдоха. Объём вдыхаемого воздуха увеличивается примерно втрое. Источником образования речи является воздушная струя, выходящая из лёгких через гортань, глотку, полость рта или носа наружу. Правильное речевое дыхание обеспечивает нормальное звукообразование, создаёт условия для поддержания нормальной громкости речи, чёткого соблюдения пауз, сохранения плавности речи и интонационной выразительности. Малыши, имеющие ослабленный вдох и выдох, как правило, говорят тихо, затрудняются в произнесении длинных фраз. При нерациональном расходовании воздуха нарушается плавность речи, т.к. дети на середине фразы вынуждены добирать воздух. Часто такие дети не договаривают слова и нередко конец фразы произносят шёпотом. Иногда, чтобы закончить длинную фразу, они вынуждены говорить на вдохе, отчего речь становится с захлёбыванием. Укороченный выдох вынуждает говорить в ускоренном темпе, без соблюдения логических пауз. Так как звуки речи образуются при выдохе, в первую очередь я помогаю ребёнку овладеть правильными техниками выдоха. При этом надо научить контролировать время выдоха, расходовать воздух экономно.

Дыхательные упражнения я использую как на индивидуальных занятиях, так и групповых. Для этого разработала картотеку дыхательных игр и упражнений для разных возрастных групп, от раннего возраста до подготовительной к школе группы. И создала дыхательные речевые тренажёры своими руками.

**Логопедическая ритмика** – игровая методика, необходимая для формирования чёткой и правильной речи, всестороннего развития детей. Это комплекс упражнений и нейрогимнастики.

Во время занятий дети выполняют задания, используя движения, слова. Тренировки проводят как с музыкальным сопровождением, так и без него.

Комбинация двигательных и речевых упражнений, с чётким ритмом формирует правильную артикуляцию. Логоритмика не только обучающая методика. Её основная цель – коррекция и терапия различных форм дизартрии. Занимаясь, у ребёнка снижается психоэмоциональная напряжённость. Подражая взрослому, он начинает коммуницировать. Так, незаметно для малыша, проходит психотерапевтическая работа.

Делая упражнения, ребёнок тренируется двигаться в такт музыке, учится критически относится к своим движениям, речи. Когда он понимает, что именно не так делает, с большим желанием, усердием устраняет ошибки.

Логоритмика корректирует дикцию, устраняя связанные с нарушением речи комплексы. Упражнения подбираются в зависимости от требований ребёнка.

Занятия по логоритмике проводятся с учётом индивидуальных особенностей ребёнка. Это игры на подражания. Взрослый показывает, что надо делать, а ребёнок – повторяет. Тренировки включают:

• маршировку и ходьбу (под определённый ритм);

• упражнения, развивающие дыхание и артикуляцию;

• гимнастику для мышечного тонуса;

• скороговорки;

• упражнения на счёт;

• пение;

• игру на детских музыкальных инструментах;

• ритмические движения;

• упражнения для развития мелкой моторики (пальчиковая гимнастика).

• обыгрывание стихотворений;

• исполнение маршевых песен;

• самостоятельное придумывание движений к стихотворению;

• бег под музыку, остановка в определённом образе;

• схематическое изображение движений;

Выбор логоритмических упражнений огромен. Существуют различные методики тренировок. Оптимальную программу составляет логопед, учитывая возможности ребёнка.

**Кинезитерапия –** это выполнение движений и упражнений, под воздействием которых происходят положительные изменения в организме ребёнка. Она является основой для развития мелкой моторики и координации движений рук и пальцев. Кинезитерапия схожа с логоритмикой. На занятиях использую такие упражнения как «Кулак-ребро-ладонь», «Лезгинка», «Камень-ножницы-бумага», «Ухо-нос», «Змейка», «Колечки», «Зайка», «Флажок»и др. Для этого использую программу «Развитие и коррекция речи детей 4-8 лет», в которой выделен раздел мелкая моторики и даны кинезиологические упражнения и пробы.

**Песочная терапия** — это технология игры с песком, которая ребёнка развивает и воспитывает. Песочная терапия:

- усиливает желание ребёнка узнавать что-то новое, экспериментировать и работать самостоятельно.

- развивает тактильную чувствительность.

- развивает познавательные функции (восприятия, внимание, память, мышление), речь и моторику.

- совершенствует предметно-игровую деятельность.

В работе использую специальную песочницу с песком, в котором прячу мелкие игрушки по лексической теме, либо предметные картинки, изображения букв, которые нужно отыскать в песке.

**Массаж органов артикуляции**.

Логопедический массаж – метод лечения и профилактики, представляющий собой совокупность приёмов механического воздействия на различные участки тела человека. Массажные движения создают благоприятные условия для мышечной деятельности, ускоряя передачу нервного возбуждения

Логопедический массаж использую для коррекции дизартрии, ОНР. Комплексы массажа способствуют нормализации артикуляционного праксиса, улучшают дикцию, что нормализует просодическую сторону речи.

Задачи логопедического массажа:

- нормализовать мышечный тонус;

- улучшить качество артикуляционных движений (точность, объём, переключаемость);

- устранить патологическую симптоматику (гиперкинезы, девиация и пр.)

В работе использую зондовый массаж по методике Е.В. Новиковой, которая включает массаж не только органов артикуляции (язык, нёбо, щёки, зубы, скулы, губы), но и тонкой моторики. Для массажа использую следующие 12 зондов: № 1 вилочковый (для обкола мышц), № 2 восьмёрочка (для «перетирания» мышц), № 3 саночки большие, № 4 средние, № 5 малые (для нажима и скольжения ), № 6 топорик (для нажатия и скольжения), № 7 крестовина (для сжимания, нажатия, прокачивания, вкручивания), № 8 толкачик (для нажатия, нажатия с прокачиванием), № 9 щипчики (для сжатия, поворотов, захвата), № 10 подтягивающий (для массажа и растягивания подъязычной связки), № 11 лебёдушка (для нажима, покручивания), № 12 скользящий (для скольжения по мышцам).

**Артикуляционная гимнастика** – это комплекс артикуляционных упражнений. Артикуляционные упражнения использую как на подгрупповых занятиях, так и на индивидуальных. Артикуляционная гимнастика бывает общая, и специальная. Общая предназначена для развития органов артикуляции. Специальная для подготовки речевого аппарата для произношения определённого звука. Для проведения артикуляционной гимнастик мною создана картотека артикуляционных игр, и карточки с упражнениями, которые помогают ребёнку быстрее освоить упражнение, провести его в игровой форме. Также для артикуляционной гимнастики использую сказки о Язычке, и методики Н.В. Нищевой и Т.А. Ткаченко. Для более эффективной и быстрой постановки звука использую постановочные зонды: № 1 для постановки свистящих звуков в случае, когда ребёнок не может самостоятельно образовать желобок вдоль средней линии языка (при боковом и губно-зубном произношении свистящих); № 2 для постановки свистящих звуков при их боковом или призубном произношении, осложнённом аномалиями прикуса; № 3 для постановки шипящих звуков при их носовом, губно-зубном или свистящем произношении; № 4 для постановки свистящих звуков при зубном сигматизме и для постановки звуков [л], [л,]; № 5 для постановки шипящих звуков; № 6 для постановки звуков [р], [р,].

**Сказкотерапия** - интегративная деятельность, в которой действия воображаемой ситуации связаны с реальным общением, направленным на активность, самостоятельность, творчество, регулирование ребёнком собственных эмоциональных состояний. Значение сказки велико и, прежде всего, для ребёнка дошкольного возраста.

Любая сказка ориентирована на социально-педагогический эффект: она обучает, воспитывает, побуждает к деятельности и даже лечит. Сказочные образы эмоционально насыщенны, красочны и необычны и в то же время просты и доступны для детского понимания. Именно поэтому сказки и их персонажи являются для ребёнка одним из главных источников познания действительности (событий, образа поведения, характера людей). Именно в сказочной форме ребёнок сталкивается со сложными явлениями и чувствами: любовь и ненависть, гнев и сострадание, измена и коварство. Восприятие сказки дошкольниками становится специфической деятельностью, обладающей невероятно притягательной силой и позволяющей детям свободно мечтать и фантазировать.

Логопедические сказки – это целостный педагогический процесс, способствующий развитию всех сторон речи, активизации психических процессов. Логосказка — это интерактивная сказка, так как требует не пассивного созерцания, а активного участия в ходе повествования.

Виды логопедической сказок:

- артикуляционные

- фонетические

- лексико-грамматические

- сказки, способствующие развитию связной речи

- пальчиковые

- сказки по обучению грамоте.

Артикуляционные сказки — это сказки на развитие артикуляционного аппарата, в которых главный герой сказок Язык. Он живёт в пещере (рот) и борется с врагами (зубы, щёки).

Фонетические сказки – это сказки на развитие фонематического слуха, анализа и синтеза, а также на звукопроизношение, отработку поставленного звука, проговаривание чистоговорок.

Лексико-грамматические сказки – это сказки для устранения аграмматизмов: согласование прилагательных или числительных с существительными, употребление нужного окончания слов в единственном и множественном числе и др. Сказочные истории помогают ребёнку быстрее и легче овладевать лексикой и грамматикой, например, сказка «Жадный медвежонок», «Красавица, рыцарь, чудовище», «Принцесса Цифирь» и т.д.

Сказки, способствующие развитию связной речи, это сказки, придуманные самими детьми с использованием кубиков с картинками. В данном виде сказок можно использовать карты В.Я. Проппа: коллаж из сказок, сказка от считалки, знакомая сказка по-новому, сказка от загадки, сказка от фразеологизмов, сказка от задачки.

Пальчиковые сказки, это не только многообразие пальчиковых игр, а также пальчиковый театр.

Сказки по обучению грамоте – это сказки о звуках и буквах, они знакомят детей с гласными и согласными звуками и буквами, развивают слуховое внимание, фонематический слух. Вместо простых кружочков или квадратов, которые обозначают звуки можно использовать гласный звук в виде девочек в красном платье, согласный звук – мальчики в зелёном и синем наряде.

**Технология активной сенсорно-развивающей среды**. В логопедическом пункте созданы условия для развития мелкой моторики, речевого дыхания, лексики, грамматики, артикуляционного аппарата, фонетической, связной сторон речи. В общем, всё, чтобы у ребёнка развивать полноценную речь. С этой целью логопедический кабинет разделён на речевые зоны.

На занятиях рационально использую сочетание труда и отдыха воспитанников. Во время занятий между статическими играми и упражнениями провожу подвижные игры, физкультурные паузы, игры с мячом, движения под музыку, упражняющие в различных видах ходьбы и бега; разучивание четверостишия, сопровождаемое движениям; мимические упражнения; артикуляционные упражнения; пальчиковые игры.

На мои занятия дети идут с большим удовольствием, что говорит о психологически комфортной образовательной среде, которую я создаю. Это среда, обеспечивающая состояние сохранности психики воспитанников и высокого показателя индекса их удовлетворённости и защищённости от психологического насилия, на это указывает чувство радости, удовольствия, удовлетворения испытываемое детьми после занятия. К своим воспитанникам я отношусь с добротой, заботой, пониманием, что является важными нравственными, познавательными, личностными ориентирами для воспитанников. Поддерживаю благоприятный микроклимат. Учу детей жить без конфликтов, укреплять здоровье, сохранять его и ценить. Всё это формирует у воспитанников мотивацию к здоровому образу жизни.

Используемые источники:

1. nsportal.ru
2. maam/ru
3. infourok.ru
4. yandex.ru